

RONCHIVERDI CHINESIS



Agli amanti del confort e del relax, Ronchiverdi è in grado di assicurare soluzioni curate ed efficienti nella cura olistica del benessere. Il Club si propone come strumento per raggiungere un benessere davvero globale, un valore che regala qualità ad una vita sempre più assediata da ritmi ed impegni frenetici: un'appagante armonia psico-fisica che pone al centro la persona, protagonista del "suo" progetto di benessere. Questa è la filosofia del **Centro Chinesis Ronchiverdi**, che poggia su una concezione terapeutica innovativa, volta ad un equilibrio corporeo fatto di una struttura alleggerita da carichi posturali scorretti, di un sistema nervoso efficiente, di un'alimentazione personalizzata e della consapevolezza della relazione somato-emotiva. Tutto per il raggiungimento di una forma appagante di salute e benessere.

Il **Fitness Metabolico** si inserisce nell'area medica del Centro Chinesis Ronchiverdi.



FITNESS METABOLICO
è una proposta esclusiva

Ronchiverdi
Health & Sport Club

Corso Moncalieri 466/16 – 10133 Torino - Tel: +39.011.66.12.146

RONCHIVERDI
FITNESS
METABOLICO

**FILO DIRETTO TRA PALESTRA
E STUDIO MEDICO**



web **Ronchiverdi**.it

PASSAPORTO METABOLICO A RONCHIVERDI

Globesità, il male del terzo millennio.

In Italia e in tutto l'Occidente sono in rapido aumento le malattie del metabolismo, non solo nei soggetti adulti ma, in modo sempre più preoccupante, anche nei bambini e negli adolescenti. Disturbi quali obesità, diabete, ipertensione arteriosa, malattie cardiovascolari sono patologie che, in un soggetto geneticamente predisposto, trovano il modo di manifestarsi grazie alla presenza di fattori favorevoli, insiti nelle troppo statico stile di vita della società dei consumi.

La condizione di obesità-sovrappeso, ad esempio, oggi colpisce in Italia circa il 45% della popolazione, con una tendenza, nei prossimi cinque anni, a uguagliare le percentuali degli Usa. Il problema è in espansione in tutto il mondo occidentale tanto è che è stato coniato il termine **"GLOBESITÀ"** per definire quella che sarà la vera Epidemia del III millennio: la sindrome ipocinetica, l'inattività fisica.

Un nuovo modo di intendere l'attività fitness.

La figura professionale dell'operatore fitness deve evolvere verso il fitness metabolico, per rispondere in modo appropriato a queste nuove richieste di movimento. Ronchiverdi, fedele al proprio spirito di promuovere lo stare bene con se stessi e con gli altri, si pone all'avanguardia: con uno staff qualificato di **OPERATORI METABOLICI**, personale laureato in scienze motorie e specializzato in programmi di fitness metabolico, supportati dal dottor Antonio La Terra Maggiore, **MEDICO**, specialista in medicina interna, che si

occupa, oltre che dell'anamnesi e della valutazione iniziale, anche di supervisionare l'andamento dei progressi. Uno staff capace inoltre di creare un filo diretto con il medico curante, utilizzando un utile ed efficace strumento per lo scambio di informazioni: il **passaporto metabolico**.



- Il FITNESS METABOLICO è uno strumento per generare il **cambiamento di stile** di vita e si rivolge a soggetti sedentari che molte volte sono Obesi, Ipertesi, Diabetici, Dislipidemicici, Artrosici e con Sindrome Metabolica
- Il FITNESS METABOLICO promuove la regolare pratica dell'**attività fisica controllata** come mezzo di prevenzione di tutte queste patologie
- Il FITNESS METABOLICO è in grado di mantenere, grazie all'incremento del consumo di grassi e zuccheri, livelli di **efficienza fisica** più elevati dell'apparato cardiovascolare, respiratorio e locomotorio.

Cosa si propone il fitness metabolico

- Svolgere attività fisica controllata.
- Rieducare i soggetti ad una vita migliore passando per l'attività fisica.
- Ridare maggior fiducia in se stessi, permettendo di acquistare identità psicofisica.

LE PROPOSTE ESCLUSIVE RONCHIVERDI

PROGRAMMA TRE MESI AI RONCHIVERDI

All'interno della struttura e seguiti da uno staff specializzato. Giorni e orari prefissati, programmi di attività fisica personalizzati, monitoraggio attento ma non invasivo. Il tutto abbinato ad un mix variato di attività, grazie alla completezza impiantistica della struttura Ronchiverdi (palestra, piscina, attività di gruppo anche in acqua, attività all'aperto grazie al parco dotato di pista da jogging, palestra e piscina).

PROGRAMMA TRE MESI IN AUTONOMIA

Se non ci si può recare al Club, lo staff specializzato Ronchiverdi metterà in condizione di svolgere il programma di attività fisica personalizzato in sicurezza e autonomia. Saranno sufficienti quattro incontri (due iniziali, uno a metà ed uno a fine programma) e tanta motivazione. Lo staff Ronchiverdi garantirà un costante supporto con consulenze via mail e fornirà tutti gli strumenti per rendere il più possibile efficace e interessante il cambiamento di stile di vita in atto.

INFO E CONTATTI:

Andrea Vellano
Responsabile Area Wellness Ronchiverdi

Tel: +39 393 9020589
m@il: a.vellano@ronchiverdi.it